

# R.T.T Route et Tout-terrain



## Toute l'information des réunions de votre club



### SOMMAIRE

Mars : plus tôt, plus longtemps, plus loin	1
102	1
Notre pause-café à venir	1
Réunion (mini) - Crêpes (miam) - Vidéo (?)	2
A La Vajol, pas de vélo mais le calçot	3
Cerbère et la frontière, c'est super !	3
En mars, Tuchan, Vila Sacra et les autres	4
Calendrier des sorties montagne	5
Du côté des magazines	5
Qui veut aller à la pause-café de Prades ?	6
Séjour à Gréoux-les-Bains : solde à payer	6
Bienvenue à Georges	6
Les sorties du mois	6

### Mars : plus tôt, plus longtemps, plus loin.

La météo du mois de février s'est montrée cette année particulièrement favorable à la pratique de notre sport ; avec le mois de mars, les départs, volontairement bloqués pendant 3 mois à 09h00, vont être avancés d'une demi-heure (départ du club à 08H30 les dimanches, mardis mercredis et jeudis), ce qui va nous permettre de rallonger quelque peu les parcours et de commencer à nous mesurer aux bosses avec des circuits plus variés ; on va ainsi, progressivement, préparer les défis qui nous attendent : brevet des 100 km en avril, cyclomontagnarde du Vercors mi-juin, randonnées à l'extérieur (Le Salagou, Prades, Bram, Quillan ...). Mais, en ce début de saisons, sachons encore rester modeste et restons en permanence vigilant et prudent.

### 102

C'est le nombre d'amicalistes licenciés au club à la date de rédaction du RTT.

### Notre pause-café à venir

Dimanche 11 mars, ce sera au tour de notre amicale d'organiser la pause-café départementale. En espérant que la météo sera plus favorable que pour nos collègues de janvier. Bien qu'Intermarché soit ouvert le dimanche matin, elle aura lieu comme d'habitude sur son parking. Les membres du bureau sont suffisamment nombreux pour tenir le stand. Ils rouleront la veille. Les membres de l'amicale rouleront le dimanche comme d'habitude, mais le rendez-vous sera fixé à **8h30 non pas au club, mais directement à Intermarché** où des croissants leur seront offerts.

RÉUNION MENSUELLE  
VENDREDI 5 AVRIL A 19H00



## Le conseil d'administration nouveau

Suite à l'élection à l'unanimité du Président Bruno Cuvillier et du nouveau membre Georges Evenepoel en remplacement de Michel Lépagnot, voici la composition et les fonctions des membres du CA. Très peu de changements sont à noter, principalement la fonction de « Monsieur sécurité » qui change de titulaire.

Président	Bruno Cuvillier
Vice-Présidents	Bernard Baudot - Edouard Escribano
Secrétaire	Jean Louis Casenove
Trésorier	René Guyonvarch
Responsable Sécurité	Georges Evenepoel
Adjoint sécurité	Didier Pélissier
Secrétaire adjoint	Jacqueline Sellem
Trésorier adjoint	Fernand Gonzalvez
Communication et Circuits	Michel Précloux
VTT	Edouard Escribano - Bernard Baudot
Cyclotines, relations humaines	Jacqueline Sellem
Sorties montagne (route)	Edouard Escribano – Georges Evenepoel
Relations avec la Ville	Bernard Baudot
Assurances, accidents	Jean Patrice Gaudry
Animations	Daniel Silliau
Féminines (cyclotines, épouses)	Jacqueline Sellem
Escapades cyclotouristiques	Bruno Cuvillier – Bernard Baudot
Photos	Lucien Sellem
Statistiques	Jean Cintas
Web master	Raymond Delebecque
RTT	Bernard Baudot – Bruno Cuvillier
Polyvalent	Didier Pélissier

### Réunion (mini) – Crêpes (miam) – Vidéo ( ? )

Comme l'an dernier, le samedi qui a suivi de 8 jours notre assemblée générale a vu reconduire, puisque la formule avait plu, la trilogie réunion-crêpes-vidéo. Cette année, elle a confirmé que c'était un bon choix puisque nous étions près de 70 dans la salle de l'Ecoute du port, que certains ont eu du mal à trouver suite aux travaux des abords de l'aquarium. Mini réunion donc pour commencer. Pour ne pas trop faire attendre la suite, Bruno en effet a été très bref, présentant principalement le CA nouveau, en fait pas si nouveau que ça (voir ci-dessus). Ensuite, place à

la vidéo. Tout d'abord, en 4 minutes, nous avons pu apprécier la variété des déplacements du tandem Martine-Roger dans toute la France qui a ainsi exposé les couleurs de Canet. Un grand bravo et un grand merci à eux.

Ensuite, place à la vidéo relative à l'ensemble de l'amicale cycliste. La musique part bien, les rideaux virtuels se lèvent bien sur l'écran mais... l'écran reste blanc ! La musique continue, l'écran reste blanc. Raymond tripatouille tous les boutons et les touches de son ordinateur, mais rien à faire, la vidéo ne veut pas fonctionner. Au bout d'un moment, elle apparaît, mais doublement à l'envers, c'est à dire que les personnages (nous) ont la tête en bas et les inscriptions se lisent de

droite à gauche. On ne va quand même pas faire le poirier pour regarder la vidéo ! Malgré tous ses efforts, Raymond ne peut pas améliorer la situation, alors Bruno décide de passer aux crêpes pendant que les spécialistes cherchent une solution.

Pendant qu'Edouard, Christian, Bruno, René et consorts, prêtent main forte à Raymond, chacun proposant son idée, place aux crêpes pour les autres ! Et il y en avait ! Une vingtaine de cordons bleus avait amené ses spécialités, le club fournissait les ingrédients complémentaires et le cidre et le couple Raymond (encore lui !) et Monique offrait l'Asti pour fêter son...56<sup>ème</sup> anniversaire de mariage ! Nos informaticiens se démenaient pendant que les autres dégustaient, buvaient et papotaient !

Au bout d'un « certain temps », Raymond et sa clique arrivent à obtenir un résultat satisfaisant : la vidéo est à l'endroit, mais le texte reste à l'envers. Qu'importe, on comprendra. Ce qui compte surtout, ce sont les images. On apprécie alors de revoir les événements du club par ordre chronologique. Jusqu'au mois de mars, tous va bien. Et puis ensuite tout se complique. L'image disparaît, réapparaît quand elle veut, des cartouches pleins de symboles viennent se rajouter en superposition...A tel point que la vidéo n'est plus regardable et alors on décide d'arrêter. Tout le monde applaudit Raymond qui a eu le mérite de monter ce film mais surtout qui a lutté pendant près d'une heure pour essayer nous montrer son produit en dépit d'un appareil récalcitrant. Sa science de la vidéo n'a pas réussi à contrer les pièges de la technique. Que s'est-il passé dans le « cerveau » du projecteur ? Mystère. En tous les cas, encore bravo Raymond qui a passé un sale moment pour nous...le jour de son 56<sup>ème</sup> anniversaire (de mariage). Cette vidéo sera visible sur le site. N'hésitez pas à vous y reporter, Raymond l'a bien mérité !

### **A la Vajol, pas de vélo, mais le calçot**

Pour la deuxième année consécutive, Edouard nous a organisé une sortie sans vélo qui a attiré autant de monde que la première, puisqu'une

cinquantaine de participants est venue à cette escapade...en car. Rendez-vous au club pour un départ à 9h00, mais il manquait un couple. Alors, on attend, on téléphone et après bien du mal, on apprend que ledit couple s'est trompé de parking ! On ne dira pas de qui il s'agit, on dira juste que le mari a un accent prononcé qui n'est pas du sud. Finalement, le car part avec un quart d'heure de retard avec tout le monde. Pas grave, on n'est pas pressé. Arrêt à la Jonquère. Pas pour voir les dames, mais pour faire plaisir à nos dames. Il n'y a qu'à voir le coffre du car bien rempli en deux heures de temps ! Ensuite, direction la Vajol 10 km plus loin, dans la montagne. On a pu admirer la maestria de notre chauffeur dans les virages puis on arrive au resto «Manrella ». Le patron nous montre comment on cuit les calçots. On est surpris de voir qu'ils sont brûlés en pleine flamme. D'où leur couleur noire à l'issue. Ensuite, direction la salle où la sangria coule à flot. On en profite, on ne conduit pas. Arrivent les fameux calçots qui ressemblent davantage à des poireaux qu'à des oignons, la preuve, Jean-Louis en a mangé ! Le patron nous montre comment les déguster, comme il a été dit dans le précédent RTT, une fois le tablier-bavoir mis autour du cou et les gants enfilés. A nous de jouer. On arrive facilement à décortiquer ces fameux calçots, mais il vaut quand même mieux les manger ici que chez soi, car on se salit vite ! A tel point que l'on change les nappes à l'issue de ce premier plat. Place alors à la parillade de viande, à la crème catalane, au café et au pousse-café. Tout en dansant sur des airs pas très jeunes, même pour nous qui dépassons en moyenne les 70 ans. Bonne ambiance due à la musique, au vin qui coulait à volonté et à la bonne humeur de tous. Merci Edouard pour cette bonne sortie du club cycliste sans vélo qui a conforté les amitiés déjà bien établies.

### **Cerbère et la frontière, c'est super !**

Première sortie montagne : Cerbère et la frontière. Nous étions 17 au départ du club et 13 à l'arrivée, ce qui était prévu, car étaient invités à cette sortie les fanas montagne mais aussi tous ceux qui désiraient nous accompagner un bout de chemin. C'est ainsi que deux ont fait demi-tour

au Racou, un au-dessus de Paulille et un dernier à Cerbère. Les 13 autres sont donc arrivés au col frontière pour contempler la magnifique baie de Llansa. Jusque-là, le groupe s'est parfaitement entendu, les plus costauds attendant les autres en haut des cols, mais d'une façon générale, le niveau était relativement homogène. Descente ensuite sur Cerbère. Il était alors midi, ça tombait bien, les bancs d'un jardin d'enfants déserté nous invitaient à nous asseoir pour reprendre des forces avec nos pique-niques. Il ne restait plus qu'à rentrer sur Canet. La météo avait annoncé le marin pour nous pousser, mais pas de chance on a eu droit au narbonnais plutôt de face. Pas grave, les plus forts ont assuré le train, plutôt soutenu, pour nous faire arriver au club rapidement. Là, on a bu l'inévitable mousse de fin de rando, tout en se félicitant d'avoir fait un aussi beau parcours, archiconnu, mais toujours aussi apprécié d'autant plus que le soleil était largement de la partie. Les compteurs étaient globalement d'accord : 99 ou 100km pour 1050m de dénivelée. L'entraînement pour la cyclomontagne du Vercors est bien commencé, vivement les autres sorties. Ouvertes à tous, rappelons-le.



### En mars : Tuchan, Vila Sacra et les autres

- ▶ La première randonnée extérieure de l'année pour tous se fera au départ de Tuchan le mardi 5 mars : 89 km pour 998m de dénivelée. Openrunner 9202556
- ▶ Elle sera suivie d'une rando en Catalogne, à partir de Vila Sacra le jeudi 28 mars .
  - Circuit long : 80 km pour 388m de dénivelée - openrunner 8180223
  - Circuit court 64 km pour 264 m de dénivelée - openrunner 8180236
- ▶ Brevet de 200km organisé par le club d'Argelès le samedi 30 mars
- ▶ Randonnées au lac du Salagou samedi 2 mars ou/et dimanche 3 mars. VTT et vélo.

Voir sur le tableau au club.

## Calendrier des sorties montagnes

Trois spécialistes du CA se sont réunis afin de déterminer le calendrier des sorties montagne. Le but premier est de se préparer à la cyclomontagnarde du Vercors, mais aussi tout simplement de faire des randonnées avec de la dénivelée. De ce fait, ces sorties sont ouvertes en plus des candidats au Vercors à toutes celles et ceux qui veulent profiter de ces beaux itinéraires ou n'en faire qu'une partie, comme ce fut le cas pour la rando frontière.

Date	Réf Openrunner	Km	D+	Départ	
SAM 16 FEV		100	1060	Canet	09h00
DIM 3 MARS	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=9158977">https://www.openrunner.com/index.php?id=9158977</a>	86	1143	Amélie-les-Bains	08h30
MAR 5 MARS	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=9202556">https://www.openrunner.com/index.php?id=9202556</a>	89	998	Tuchan	09h00
MAR 12 MARS	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=9391693">https://www.openrunner.com/index.php?id=9391693</a>	80	1279	Mauray	08h30
MAR 21 MARS	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=9585449">https://www.openrunner.com/index.php?id=9585449</a>	80	1344	Argelès-s-Mer	08h30
DIM 31 MARS	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=9604772">https://www.openrunner.com/index.php?id=9604772</a>	109	868	Canet	08h30
DIM 7 AVRIL	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=7014580">https://www.openrunner.com/index.php?id=7014580</a>	62	1370	Prades	08h30
JEU 11 AVRIL	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=7069760">https://www.openrunner.com/index.php?id=7069760</a>	109	1441	Banyolès (ESP)	08h30
MAR 16 AVRIL	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=107453">https://www.openrunner.com/index.php?id=107453</a>	110	1708	Thuir	08h30
LUN 22 AVRIL	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=9604951">https://www.openrunner.com/index.php?id=9604951</a>	73	1468	Amélie-les-Bains	08h30
DIM 28 AVRIL		90	1810	Lastours (11)	08h30
MER 1 MAI	(Date de réserve)				
SAM 4 MAI	Site organisateur	114	1900	Bram (11)	08h00
MER 8 MAI	(Date de réserve)				
MAR 14 MAI	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=5955863">https://www.openrunner.com/index.php?id=5955863</a>	111	1452	Rivesaltes	08h00
MAR 21 MAI	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=3220274">https://www.openrunner.com/index.php?id=3220274</a>	140	1987	Argelès-s-Mer	08h00
JEU 30 MAI	Site organisateur			Quillan (11)	08h00
SAM 8 JUIN	<a href="https://www.openrunner.com/index.php?id=9402773">https://www.openrunner.com/index.php?id=9402773</a>	119	2377	La Caunette (34)	08h00
15 - 16 JUIN	Cyclomontagnarde du Vercors	223	4317	Crest	
Sam 29 juin	L'Ariégeoise (Site organisateur)			Tarascon-s-Ariège	

### Du côté des magazines

« le Cycle » :

- Des vélos de pro à des prix (presque) abordables
- Le guide des équipes 2019. Dernière saison pour la Sky (*ouf!*)
- Le calendrier des 38 épreuves labellisées Wordltour 2019
- Lubrification
- Parcours : le pays Diois : majestueux et robuste.
- Col dur : l'Iseran, plus haut col d'Europe (2764m). Le Tour y passe cette année.
- Le Gravel (vélo mi-course, mi VTT) devient tendance

## Qui veut aller à la pause-café de Prades?

Le club de Prades organise sa pause-café le dimanche 7 avril. Prades, c'est un peu loin pour y aller à vélo. Alors il y aura 3 possibilités :

- ne pas y aller, un itinéraire de remplacement sera prévu au départ de Canet.
- y aller mais se déplacer d'abord en voiture jusque le Soler ou Marquixanes (à définir) puis faire une boucle à vélo passant par Prades.
- aller en voiture jusque Prades et de là faire un itinéraire de 62km pour 1370m de dénivelée en direction du col de Roques Jalère, et/ou un circuit plus facile accessible au groupe 3, puis manger au resto sympa que nous connaissons au bord d'un petit lac. Dans ce dernier cas, RDV au club à 7h15 pour un départ voiture 7h30 et départ vélo 8h45. On l'a déjà fait plusieurs fois, c'est une journée sympa. Inscrivez-vous sur la fiche au club le 31 mars dernier délai si vous désirez manger pour que l'on réserve.

## Séjour à Gréoux-les-Bains : solde à payer

Nous serons 47 à nous rendre à Gréoux-les-Bains (04) du lundi 17 au lundi 24 juin.

Le solde du séjour, soit 310€ par personne (pourboire de fin de séjour compris) plus 82€ en cas de chambre individuelle est à régler au plus tard le 15 avril.

## Bienvenue à Georges



« J'ai 72 ans, je suis originaire de Castres (Tarn), marié depuis 52 ans à Nicole, originaire de Mazamet (Tarn); nous avons un garçon, marié à une canétoise pure souche et 2 petites filles.

Nous habitons Saint-Nazaire depuis 2005; nous avons quitté notre région en 1967 pour aller travailler à Paris, moi au Ministère de l'Intérieur comme fonctionnaire de police et mon épouse à la Préfecture de Police comme chef de bureau.

J'ai pratiqué le cyclisme en compétition au sein de la Fédération Française de Cyclisme (FFC) avec les clubs de l'ASPP, U.C Val de Marne, E.C Gonesse où j'ai exercé plusieurs mandats comme dirigeant et Vice président.

J'ai participé à 4 championnats de France de Police et j'ai eu quelques victoires dans diverses courses de la région parisienne.

Je pratique la pétanque au club du Pilou à Canet; avec mon épouse, nous pratiquons la marche, aimons les voyages, les bons repas entre amis et la convivialité dans les clubs. »

## LES SORTIES DU MOIS

Date	Heure	Pause café/Randonnée	Destination/Observations
03-03	08h30	Rivesaltes	La Dona
05-03	08h30	Sortie dans les Corbières	au départ de Tuchan
<b>10-03</b>	08h30	<b>Canet</b>	Cap Béar
17-03	08h30	Elne	Tressère
24-03	08h30	Thuir	Castelnou
28-03	08h30	Sortie au départ de Vila Sacra	
31-03	08h30		Leucate, Feuilla

**Bonne route à tous!**